

МЕНЮ
22 апреля 2026 г.**Сад 12 часов**

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
			30	1,62	8,61	10,82	127,32	0,00
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	200	9,40	3,50	33,14	197,90	50,31
2024	TK № 17	ОМЛЕТ СО СЛАДКИМ ПЕРЦЕМ	130	6,65	1,38	36,44	184,86	0,00
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергии)	40	4,98	4,50	0,27	61,53	0,00
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ (аллергии)	193/7	0,20	0,01	8,22	34,91	1,15
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,14	0,00	6,09	24,86	0,03
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	430	11,22	12,12	52,18	360,13	51,46
Итого								
II Завтрак								
2024	TK № 2	ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ 2,5 % ЖИРНОСТИ ФРУКТОВЫЙ ПИТЬЕВОЙ	204	7,74	5,91	24,86	183,40	0,00
2012	368	ГРУША СВЕЖАЯ (аллергии)	96	0,38	0,29	9,89	45,12	4,80
Итого								
Обед								
2024	TK № 18	САЛАТ "ЛЕТНИЙ" (ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ, ПОМИДОРЫ, ПЕРЕЦ СЛАДКИЙ, УКРОП, ПЕТРУШКА)	50	0,52	2,55	1,79	32,70	20,98
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ, СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	180/15/5	5,44	9,41	5,40	130,47	7,24
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ (аллергии)	180/15/5	6,32	9,37	6,61	136,45	8,04
2012	288	ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ В СОУСЕ	70/25	11,18	10,05	9,34	175,43	0,45
2012	288	ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ (аллергии)	85	11,79	9,63	6,36	159,13	0,56
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	6,60	1,36	36,11	183,19	0,00
2024	TK № 19	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,41	0,07	6,78	27,09	0,09
2024	TK № 20	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
2024	TK № 21	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,00
Итого								
Полдник								
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	70	8,01	11,50	8,52	195,15	0,46
2008	338	ОВОЩИ ТУШЕНЫЕ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	135	2,76	3,15	12,03	88,39	8,91
2008	338	ОВОЩИ ТУШЕНЫЕ (аллергии)	130	2,11	0,22	11,25	55,92	8,24
2024	TK № 59	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ ИЗ ШИПОВНИКА ПРОМЫШЛЕННОГО ПРОИЗВОДСТВА	180	0,00	0,00	32,32	129,27	0,00
2024	TK № 20	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
2008	477	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	60	5,71	1,82	34,89	179,08	0,12
Итого								
Всего								
				64,48	59,17	256,60	1 844,48	89,71